



HOT
TSUSHIN



ほっと
あんしん便

＼ご理解よろしくお願ひします！／

ようやく秋めいてきましたね。いかがお過ごしでしょうか。さて、前回のほっとあんしん便のアンケートには、お米を喜んでくださる声が多くある一方、品数に関してはご期待に添えなかったお声もいただきました。募集時にお知らせしましたように、今年度は、お米は購入し、それ以外は企業などの寄贈品をお送りしています。値上がり後もお米をお届けするため、また、寄贈品を増やすためにがんばっているところです。通信には暮らしが厳しいお声が多く届いており、力不足を大変心苦しく思います。ご理解いただけると幸いです。



ほっと情報

10月より※ その1：最低賃金が引き上げ

令和6年度の地域別最低賃金が下記の表の通りに決まりました。引き上げ額は50～84円となり、目安制度が設けられてから過去最大。時給で働かれている方はお住まいの賃金をご確認くださいね。

北海道	1010	(960)	滋賀	1017	(967)
青森	953	(898)	京都	1058	(1008)
岩手	952	(893)	大阪	1114	(1064)
宮城	973	(923)	兵庫	1052	(1001)
秋田	951	(897)	奈良	986	(936)
山形	955	(900)	和歌山	980	(929)
福島	955	(900)	鳥取	957	(900)
茨城	1005	(953)	島根	962	(904)
栃木	1004	(954)	岡山	982	(932)
群馬	985	(935)	広島	1020	(970)
埼玉	1078	(1028)	山口	979	(928)
千葉	1076	(1026)	徳島	980	(896)
東京	1163	(1113)	香川	970	(918)
神奈川	1162	(1112)	愛媛	956	(897)
新潟	985	(931)	高知	952	(897)
富山	998	(948)	福岡	992	(941)
石川	984	(933)	佐賀	956	(900)
福井	984	(931)	長崎	953	(898)
山梨	988	(938)	熊本	952	(898)
長野	998	(948)	大分	954	(899)
岐阜	1001	(950)	宮崎	952	(897)
静岡	1034	(984)	鹿児島	953	(897)
愛知	1077	(1027)	沖縄	952	(896)
三重	1023	(973)			

()は改訂前の地域別最低賃金額

※運用開始は、10月1日から10月下旬までの間。都道府県により異なる。

その2：児童手当が10月より拡充されます

- 1 所得制限が撤廃されます
- 2 支給対象を高校生年代まで延長
- 3 第3子以降は3万円
- 4 支払回数を偶数月の年6回に

第3子の定義や申請の要否など、くわしくはQRコードのサイトをご確認くださいね



政府広報オンライン

ほっとあんしん広場

ひとりじゃないよ



●米が売り場からなくなり、夏休みのお弁当でお米を入れるのが限界で、夜ご飯はパンやパスタでしのいでいました。新米が出ても、お値段は今までの1.5倍！家計に大打撃だったので、このご支援にすごく感謝しています！（匿名希望）
米不足の昨今。似たお声を多くいただきました（緑：編集部）

●給料は上がりず物価高騰で1日1食しか食べることができなくなりました。私には病気もあり。仕事は体調悪くても出勤してますが正直つらいです。野菜やお肉、お魚などを食べたいと思う毎日です。（のりのり）
物価が高く生活が大変だというお声も数多くありました。厳しい状況の中大変よくやっておられます。心からお疲れさま。

●今年私立高校に入学した子どもの修学旅行費の積立が始まったのですが、費用が円安の影響で超高額に。燃油サーチャージ、パスポート代、旅行先での食事代等で、約40万円程掛かる予定です。去年の高校見学の説明会では例年25万程と聞いてたのに、まさかの金額にショックが隠しきれず、来月から掛け持ちで仕事増やして頑張ります。（ももまる）
高額な修学旅行代、困りましたね。ご用意できますように。

●ケーブルテレビや地方の情報テレビの懸賞をこまめに出すようにしています。ハガキ代が痛いですが応募する人が少ないからか当たりやすく、クオカードはハガキを書いた子どものおこづかいになり、普段は高くても連れていけないボルダリング、プール、映画等にも今まで行けました。（のの）
お得情報の共有ありがとうございます！よかったら参考に。

●学校で父親（夫のDVから避難中）のことを娘が聞かれ、せんさくする保護者たちに心をいためていました。そんな時に電話相談で『あなたは何も悪くない。私たちの生き方をみて！と堂々と暮らしてね。』とアドバイスをもらいました。頑張っている人を蹴おとしたくなる可哀想な人もいるとも言われ、『自分たちは恥ずかしくない。堂々と生きよう！』と勇気をもらいました。（さくら）
素敵なお話ですね。私たちも堂々と生きていきましょう。

●みなさんの近況などを読ませてもらうと、自分と似たような状況の方も多く、私だけじゃないんだ！とほっとさせられます。涙することもありますが。皆さん一緒にがんばりましょう！！と心から湧きでてくる感じになります！（にゃんこ）
「一緒に頑張りましょう」の声、あなたにも届きますように。

メールアドレス変更時は2カ所にご連絡を！

団体からの大事なメールが届かないケースがございます。メールアドレス変更時は下記2カ所にご連絡ください。

- 1 しんぐるまざあず・ふぉーむのメルマガのアドレス変更フォームまで連絡
- 2 食料支援担当(food@single-mama.com)にアドレス変更の連絡



ほっとあんしん 子どもの様子

●反抗期で子どもたちのケンカがたえませせん。仲裁にはいと皆「ママが悪い」と言われます。それでも話し合いを重ねていますがなかなかうまくいきませんね。これからもがんばります。(匿名希望)

●お盆の時期は毎年、友達はおばあちゃんやおじいちゃんにお小遣いもらったんやと一と、子ども達に言われ、親戚縁者がいない私はごめんねと思いながら過ごしていました。そんな中、ご支援を頂けるようになりますと、会ったことない人がこうやって助けてくれるんだから、良いよね一と、言ってくれるようになりました。(匿名希望)



●長かった夏休みが終わり、夏の暑さの疲れと子どもにどこへも連れて行けなかった申し訳なさでいっぱいです。小学5年生の娘にどこへも連れて行ってあげられなかったことを謝ると「いいよ！いいよ！外は暑いもん」と気をつけているように返答してくれました。情けない親で申し訳ないです。(ゆーの)

●不登校気味の中3の長男は、受験を控えています。休み始めると止まりません。不登校の理由が先生からのいじめだったため、学校が変わっても先生や友達から一言でもイヤミを言われると行けなくなりました。そんな中、家族からも責められたら居場所がなくなってしまうと思い、見守ることにしました。同じような境遇の方、見守る側が疲れないように、息抜きしながらやっていきましょう。(匿名希望)

●来年から小学生なので、少しずつ文字の練習をしています。書店で買える教材は値段が高いため、100円ショップの教材を使って練習しているのですが、頑張ってる練習して書いてくれた娘からのお手紙は宝物です！(匿名)



●経済的に苦しいときも子どもたちに「大好き！宝物！」と伝えてきました。その息子が19歳の誕生日に手紙をくれ「いつもありがとう。お母さんがしんどいときも僕たちのご飯を作ってくれた姿を覚えてるよ。これからは僕たちがお母さんの夢を叶えるよ。計画しといてね！」とありました。つらい時を乗り越えられたのもこの子達のおかげだと感じ、泣きました。(はな)

CHECK! Q&A「子どもが学校を休むようになってしまった」

子そだてシングルの応援サイト"イーヨ"で、不登校に関するQ&Aに専門家がお答えしています。よかったら参考にしてくださいね。



メッセージ募集

みんなの声を待ってるよ！

感想フォームでは、支援パッケージについてのご感想やお子さまが受けとったときの写真や手紙、などをお送りください。支援して下さった方々にお気持ちが伝わります。

また、ほっと通信に掲載する声も募集します。掲載された方にわずかですが謝礼を送付します。



感想フォーム

支援してくれた方々

ご厚意で成りたっています

今回の支援パッケージは

- ◆個人の方のご寄付
 - ◆東京麹町ロータリークラブ
 - ◆株式会社イマジンネクスト
 - ◆生活協同組合コープみらい
 - ◆認定NPO法人
セカンドハーベスト・ジャパン
 - ◆株式会社カタログハウス
 - ◆アマゾンジャパン合同会社
- のご支援により実施いたしました。



おねがい

ご協力をお願いします

- ▶支援品にトラブルがありましたら、トラブルの状況がわかる画像を添付して food@single-mama.com までメールでお知らせください。
- ▶お引越しが決まりましたら、すぐにご連絡をお願いします。発送手配後には、変更がお受けできません。発送後、再配送になる場合は、費用を負担いただくこととなりますので、ご承知おきください。
- ▶お送りした支援品は、ご自身のご家庭でご使用ください。転売など他の目的でのご使用は、決してされないようにしてください。転売などが発覚した場合は、支援品の送付は中止いたします。

相談はこちら

相談するとほっとあんしん

お困りごとがあれば、電話相談、メール相談をご活用ください。

電話相談：050-3196-1114
火曜・木曜 16時～21時（祝日は休み）

メール相談：ホームページの相談
フォームより受け付けております。

